



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی استان قزوین

معاونت بهداشتی

**حجاج محترم بیت ۱... الحرام با آرزوی قبولی طاعات و عبادات، برای حفظ سلامتی خود در مقابل بیماری‌های تنفسی از جمله بیماری با عامل **کوروناویروس** جدید توصیه‌های این متن را به کار گیرید.**

## عامل بیماری و نحوه سرایت:

بیماری MERS با عامل کوروناویروس، یک بیماری جدید است که انتقال دقیق این بیماری مشخص نشده است اما به نظر می‌رسد از طریق قطرات تنفسی و ترشحات بدن باشد. همچنین احتمال می‌رود که تماس با شتر و مصرف لبنیات غیر پاستوریزه شتر و گوشت خوب پخته نشده شتر باعث بیماری شود.

بیشترین موارد این بیماری در عربستان مشاهده شده است.

## علائم بیماری:

- تب
- سرفه، گلو درد
- تنگی نفس، تنفس مشکل
- اسهال در برخی موارد وجود دارد.

ابتلا به موارد شدید این بیماری در یک سوم مبتلایان منتهی به مرگ می‌شود. هر چند این ویروس در بسیاری از افراد باعث بیماری در حد انفلوانزا می‌شود ولی در گروهی از بیماران بویژه کسانی که بیماری زمینه‌ای مثل دیابت، فشارخون بالا، بیماری قلبی عروقی، نارسایی کلیوی و ... دارند بیماری شدید می‌شود و منجر به بستری می‌گردد.

- به محض مشاهده علائم بیماری ضمن مراجعه به پزشک به مدیر کاروان نیز اطلاع دهید.

## توصیه‌هایی جهت پیشگیری از ابتلا به بیماری:

- دستان خود را به طور مکرر با آب و صابون بشوئید.



- همیشه دستمال کاغذی همراه داشته باشید و در هنگام سرفه و عطسه، دهان و بینی خود را با آن بپوشانید.



- دستمال‌های استفاده شده را درون سطل زباله بیندازید و آنها را بر روی سطوح و یا زمین رها نکنید.



- هنگام احوالپرسی از در آغوش گرفتن، بوسیدن و دست دادن خودداری کنید.



- همیشه تعدادی ماسک به همراه داشته باشید و موقع حضور در مکانهای تجمعی و پر ازدحام از آن استفاده نمایید.



- در صورت ابتلا به بیماری از تماس نزدیک (کمتر از ۱ متر) با افراد خودداری نمایید.



- اگر دستمال به همراه نداشتید، در هنگام سرفه و عطسه قسمت داخلی آرنج را در برابر دهان و بینی خود بگیرید.



- از مالیدن و تماس دست آلوده به چشم‌ها، بینی و دهان خودداری کنید.



- از تماس با حیوانات بویژه شتر پرهیزید.



انتشارت کمیته علمی-اجرایی آموزش و ارتقای سلامت (۵۴۲)

- در صورت ابتلا به بیماری تنفسی، مایعات فراوان بنوشید، غذای مقوی مصرف کنید و استراحت نمایید.

- از رفت و آمد به اتاق بیمار تا حد ممکن خودداری کنید.

- در صورت بروز علائم سرماخوردگی و یا بیماری اسهالی تا ۱۴ روز بعد از بازگشت از حج به پزشک مراجعه نمایید.

